



## Wenecka zupa jarzynowa z fasolą

Jest to nieco zmodyfikowany przepis z blogu Truffla (<http://truffle-in-a-rum-chocolate.blogspot.com>)

Składniki:

- 3/4 szklanki suchej fasoli (cannellini lub innej drobnej fasoli)
- 1 por
- 1- 2 ząbki czosnku
- 1/2 pęczka natki pietruszki
- 3 łydgi selera naciowego
- 1 marchewka
- oliwa z oliwek
- pieprz, sól, sos sojowy
- tymianek suszony
- pieprz Cayenne
- sok z cytryny
- bazyliia suszona
- kminek mielony

Fasolę namocz przez noc. Odlej wodę, fasolę odsącz na sicie. W garnku rozgrzej 2 łyżki oliwy z oliwek. Na oliwę wrzuc seler pokrojony w 3 cm kawałki, wymieszaj. Dodaj por pokrojony w półplasterki (tylko białą część) oraz zmiążdżony czosnek. Podduś chwilę, mieszając od czasu do czasu. Dodaj 1-2 szczypty soli i 1-2 łyżeczki sosu sojowego. Mieszaj kolejną minutę. Dodaj posiekaną natkę pietruszki. Dodaj szczyptę tymianku, po minucie marchewkę pokrojoną w kostkę. Podduś 2-3 minuty wciąż mieszając. Oprósz szczyptą pieprzu cayenne, wymieszaj. Dodaj fasolę, ponownie wymieszaj. Dodaj kilka kropli soku z cytryny. Posyp 1/3 łyżeczki bazylii, wymieszaj. Wszystko zalej ok. 2 litrami wrzątku. Dodaj 1/3 łyżeczki kminku i gotuj, aż fasola będzie miękka.

Dopraw do smaku świeżo mielonym czarnym pieprzem, sosem sojowym i solą. Zupa ta najsmaczniejsza jest po drugim podgrzaniu lub następnego dnia. Najlepiej więc ugotować ją nawet dużo wcześniej, pozwolić jej ostygnąć i ponownie podgrzać. Kolejność dodawanych składników oparta jest na tradycyjnej kuchni chińskiej. Dzięki temu fasola nie powoduje dolegliwości żołądkowych, a zupa jest wyjątkowo sycącym, pełnowartościowym posiłkiem. Jeśli nie lubisz kminku, możesz go zastąpić suszonym majerankiem.